

01.10.2012  
121001

*Der LWL/Gesundheit/Sucht*

## **LWL-Experte: „Mediensucht als Krankheit anerkennen!“ Neue Ambulanz für Betroffene und Angehörige am LWL-Universitätsklinikum Bochum**

**Bochum (lwl).** Ein Leben ohne Computer, Handy oder Spielkonsolen? Das ist kaum mehr vorstellbar. Was aber tun, wenn Cyber-Welten süchtig machen? Medienabhängigkeit ist derzeit noch keine medizinisch anerkannte Krankheit. Daher mangelt es an Behandlungsangeboten für eine wachsende Zahl Betroffener und ihre Angehörigen, sie bleiben mit ihrem Problem häufig alleine. Im Bochumer Universitätsklinikum des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe (LWL) hilft Privatdozent Dr. Bert te Wildt, Oberarzt an der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, mit einer neuen Spezialambulanz. Zu Wort meldet sich te Wildt auch als Vorsitzender des Fachverbands Medienabhängigkeit, dem im deutschsprachigen Raum 120 Forscher und Praktiker angehören.

### **Wie viele Menschen sind von Medienabhängigkeit betroffen?**

*te Wildt:* In Deutschland gelten inzwischen mehr als eine halbe Million Menschen als abhängig vor allem von Internet- und Computerspielen – Tendenz steigend.

### **Wie wirkt sich Medienabhängigkeit aus?**

*te Wildt:* Betroffene haben meist in ihrem Privat- und Berufsleben Niederlagen hinnehmen müssen und flüchten in eine virtuelle Parallelwelt. Sie sitzen Stunden und Tage vor dem Bildschirm. Sie leben in sich zurückgezogen, vernachlässigen den Kontakt zu Freunden und Familie, gehen nicht mehr zur Schule oder zur Arbeit.

...

**LWL-Pressestelle:**

**Tel.: 0251 591-235**

**Fax: 0251 591-4770**

**E-Mail: [presse@lwl.org](mailto:presse@lwl.org)**

Freiherr-vom-Stein-Platz 1, 48133 Münster

Neueste Studien zeigen, dass Medienabhängige nicht nur psychische, sondern auch körperliche Einschränkungen haben. Durch Mangelernährung, zu wenig Bewegung oder Vitamin-D-Mangel durch fehlendes Sonnenlicht sind die Mediensüchtigen meist in einem vergleichsweise schlechten Allgemeinzustand. Hinzu kommt, dass Betroffene deutlich weniger schlafen und somit einen verschobenen Schlaf-Wach-Rhythmus aufweisen. Daraus ergeben sich Konzentrationsprobleme und ein Leistungsabfall in der Schule oder im Berufsleben.

### **Wer ist von Medienabhängigkeit besonders betroffen?**

*te Wildt:* Medienabhängige sind meist Jugendliche und junge Erwachsene. In der Medienwelt suchen sie unter anderem nach Anerkennung, Romantik, Kameradschaft, oder sie leben dort ihre Aggressionen raus. Man ging bisher davon aus, dass sich dieses Störungsbild nach der Adoleszenz relativiert und verneinte daher eine Anerkennung der Medienabhängigkeit als Krankheit. Aus einer aktuellen deutschlandweiten Erhebung geht jedoch hervor, dass der Altersdurchschnitt der Patienten deutlich über dem Jugendalter liegt. Das deutet darauf hin, dass Medienabhängigkeit auch im Erwachsenenalter entstehen kann oder darin hinüberwachsen und anhalten kann. Denn im Jugendalter ist das Gehirn besonders formbar. Eine lang anhaltende Verhaltenssucht wirkt negativ prägend auf das Gehirn zurück. Das verursacht Schäden, die nicht mehr so leicht wegtherapiert werden können.

### **Wie kann man der Medienabhängigkeit entgegenwirken?**

*te Wildt:* Durch die Erfahrung mit Suchtmittelabhängigen wissen wir, dass mit nachhaltigen Präventionsmaßnahmen die Kosten für die Behandlung der Medienabhängigkeit und ihrer Langzeitfolgeschäden gesenkt werden können. Bei den Betroffenen besteht die Krankheit oft schon seit mehreren Jahren. Langfristig ergeben sich daraus erhebliche Folgeschäden für die Gesundheit und das Sozialwesen. Der Entwicklung und Festigung solcher Verhaltensveränderungen kann durch rechtzeitige und gezielte Beratung und Therapie entgegen gewirkt werden. Um hierfür eine finanzielle Grundlage zu haben, fordern wir Experten daher die Anerkennung von Medienabhängigkeit als einer eigenständigen psychischen Erkrankung.

### **Was hätte die Anerkennung der Medienabhängigkeit zur Folge?**

*te Wildt:* Derzeit werden Medienabhängige einfach bei den Personenkreisen verortet, die beispielsweise an Persönlichkeits- und Impulskontrollstörungen leiden. Sie benötigen jedoch ganz andere Therapieansätze. Die Anerkennung und Klassifikation der Medienabhängigkeit als Suchterkrankung ermöglicht, dass eine eindeutige Diagnose gestellt werden kann. Therapiemodelle werden entwickelt und umgesetzt und flächendeckende Versorgungsstrukturen können festgelegt werden. Dies ist auch für die eingehendere Erforschung des Krankheitsbildes notwendig. Wir stellen uns vor, dass es für die Patienten einen Motivationsaufbau zur Behandlung, flächendeckende Zugangsangebote und eine verbesserte Netzwerkarbeit auf Seiten der Behandler und Wissenschaftler gibt.

### **Wie sehen die Maßnahmen genau aus?**

*te Wildt:* Die Krankheit wird auch von den Betroffenen selbst meist unterschätzt, und in vielen Fällen bleibt die Sucht unbehandelt. Wir schlagen vor, einen engen Verbund mit Onlineportalen oder Communities und Computerzeitschriften zu knüpfen. Hier sollten beispielsweise verschiedene Hilfeangebote aufgeführt werden. Darüber hinaus ist eine bundesweite Vernetzung der verschiedenen Anlaufstellen, wie Suchtberatungsstellen, Jobcenter, Jugendämter oder Schulen, zu organisieren. Die Medienabhängigen gehen kaum mehr vor die Tür, weshalb wir für den Ausbau von Online-Beratungsstellen plädieren. In diesen Beratungsportalen finden sie Hilfe, Informationen und Adressen von Beratungsstellen in ihrer Umgebung. Außerdem sollte es eine bundesweite Telefonberatung geben, an die sich auch Angehörige wenden können. Denkbar wäre auch eine mobile Beratung. Bei diesem Modell besuchen Psychologen oder Sozialpädagogen die Betroffenen in ihrer gewohnten Umgebung.

### **Was müsste sich noch verändern?**

*te Wildt:* Zurzeit sind die Medienabhängigen meist in Therapien mit anderen psychisch Erkrankten integriert. Das sehen wir aber als problematisch an, da die stationären Therapien eben nicht auf die Probleme der Medienabhängigen abgestimmt sind und so die Abbruchquote erhöht ist. Zudem sind während der herkömmlichen Therapie digitale Bildschirmmedien zumeist auf der Station freizugänglich, da Patienten mit Angststörungen oder Depressionen nicht darauf verzichten müssen. Kurzum – Medienabhängigen fehlt ein geschützter Raum.

### **Wie sähen Spezialangebote für sie aus?**

*te Wildt:* Zumindest für die Anfangszeit einer stationären Therapie ist eine Medienabstinenz anzustreben. Betroffene sollten außerdem zusammen mit Patienten in ihrem Alter behandelt werden, damit durch gemeinsame erlebnispädagogische Aktivitäten das Zugehörigkeitsgefühl wieder gesteigert wird. Ebenso gehört aber auch spezielles Medientraining zum Therapieplan. Dafür ist eine technische Ausstattung, wie Computerräume, notwendig.

### **Medientraining bei Medienabhängigkeit?**

*te Wildt:* Die Versuchung lauert überall – Medien werden den Betroffenen im Alltag immer wieder begegnen. Eine völlige Abstinenz vom Internet ist illusorisch. Beim Medienkompetenztraining sollen die Betroffenen den Umgang mit den allgegenwärtigen Medien erlernen. Kombiniert werden könnten diese Maßnahme mit Aus- beziehungsweise Weiterbildungsprogrammen, da die zumeist jungen Betroffenen oft längere Zeit nicht am gesellschaftlichen Leben teilnehmen konnten. Dadurch werden die Persönlichkeiten gefestigt und letztlich schützt nur das vor einem Rückfall.

### **Pressekontakt:**

**Karl G. Donath, LWL-Pressestelle, Telefon 0251 591-235, [presse@lwl.org](mailto:presse@lwl.org), und Rosa Sommer, Telefon: 0179 4645487**

#### **Der LWL im Überblick:**

Der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) arbeitet als Kommunalverband mit 13.000 Beschäftigten für die 8,3 Millionen Menschen in der Region. Der LWL betreibt 35 Förderschulen, 21 Krankenhäuser, 17 Museen und ist einer der größten deutschen Hilfezahler für Menschen mit Behinderung. Er erfüllt damit Aufgaben im sozialen Bereich, in der Behinderten- und Jugendhilfe, in der Psychiatrie und in der Kultur, die sinnvollerweise westfalenweit wahrgenommen werden. Ebenso engagiert er sich für eine inklusive Gesellschaft in allen Lebensbereichen. Die neun kreisfreien Städte und 18 Kreise in Westfalen-Lippe sind die Mitglieder des LWL. Sie tragen und finanzieren den Landschaftsverband, dessen Aufgaben ein Parlament mit 101 Mitgliedern aus den westfälischen Kommunen gestaltet.